

Concentratie in de moderne tijd

Concentratie en de kantooromgeving;
een lastige combinatie





Concentratie en de kantooromgeving; een lastige combinatie

U bent geen uitzondering als u op uw werk wel eens moeilijkheden ervaart bij het concentreren op uw taken. Velen van ons zitten tegenwoordig in een kantooromgeving met akelige akoestiek en verminderde privacy. Diepe concentratie raakt in zo'n omgeving al snel verstoord.

In de flow

En dit terwijl de mens eigenlijk een diepe concentratie, of zelfs flow-staat, prettig vindt. Wanneer we bezig zijn met een relatief aandachtseisende activiteit waarbij een optimale balans tussen taakeisen en individueel vaardigheidsniveau bestaat dan is flow mogelijk.

Flow kenmerkt zich door een subjectieve ervaring van hoge betrokkenheid tot de taak. Ook een hoge mate van gefocuste aandacht en een gevoel van controle typeren de juiste flow. En er is zelfs uitstel van zelfkritiek.

Flow is met name gelieerd aan genot en met intrinsieke motivatie om een taak te volbrengen en bij te schaven aan al bestaande vaardigheden. We zouden kunnen stellen dat hoe meer we in flow zitten, hoe gelukkiger we ons voelen. De kans op een flow-ervaring vergroten bij werknemers is dus sterk in het belang van zowel werknemer als werkgever.



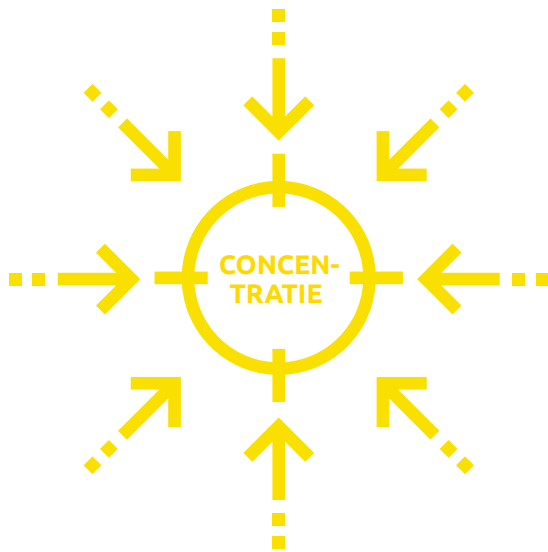


Personality Based Working

Het kan 20 minuten of meer duren om in goede concentratie te raken, wat vervolgens kan leiden tot flow. Een dergelijke toestand is kwetsbaar. Het kan ook zo weer abrupt afgebroken worden door bijv. harde muziek, een telefoontje of door een luidpratende collega's. Hoe u met veel prikkels omgaat kan afhankelijk zijn van uw persoonlijkheid, zo stelt Florijn Vriend (WELL Building Expert bij Kernwaarde Groen) en zij vraagt zich dan ook af;

Is het geen gemiste kans dat organisaties zelden kijken naar waar een omgeving aan moet voldoen om aan te sluiten bij verschillende persoonlijkheden?

Florijn: "Vooralsnog wordt er vanuit de HR-zijde met name gekeken naar skills, competenties, ervaring, person-job fit, person-organisatie fit, maar niet naar de person-environment fit. En vanuit de ontwerp- en facilitaire hoek wordt er wel gekeken naar activiteiten die in een organisatie plaatsvinden en hoe de werkomgeving zo comfortabel mogelijk te maken, maar niet naar de verdeling van persoonlijkheden over de beschikbare ruimte."



Wim Pullen, directeur van het Center for People en Buildings, zegt hierover; "Bij Personality Based Working gaat het erom dat er een plek is die bij uw persoonlijkheid past. Bent u introvert, heeft u behoefte aan afzondering en rust, dan wilt u een plek waar het niet zo hectisch is, met door elkaar pratende en telefonerende collega's. Heeft u een hoge persoonlijke structuurbehoefte dan is het niet erg om aan dat satirische kantoorcliché te voldoen om dag in dag uit tegenover dezelfde collega te zitten, op vaste tijden uw koffie te halen en uw boterhammen te eten uit de al jarenlang gebruikte plastic broodtrommeltje."



Bij Personality Based Working gaat het erom dat u een plek heeft die bij uw persoonlijkheid past.

Personality based working kan een mooie stap zijn naar betere concentratie voor het individu. Medewerkers moeten zoveel mogelijk worden ondersteund bij het bereiken van diepe concentratie. Een oplossing kan het aanbieden van afgesloten, flexibele ruimten zijn, die je met het duidelijke doel (rust van prikkels) af en toe kunt gebruiken. Gebruik hiervan signaleert naar collega's dat u even niet aangesproken wilt worden – een duidelijke boodschap. Uw rust vinden in dergelijke omgeving wordt makkelijker vanwege de akoestische afsluiting van de open ruimte.

Houdt u ook niet van afleiding van collega's? Bent u meer introvert dan extravert en trekt u zich graag terug om geconcentreerd te kunnen werken. Dan is de MindPod misschien iets voor bij u op de werkvloer;

Myrthe van Stralen
*Senior Consultant | Research and Development
Office Athletes KnowHow*

Over BakkerElkhuizen

Contactgegevens
BakkerElkhuizen
Taalstraat 151
5261 BC Vught
Nederland
tel. 036 546 7265
fax. 036 546 7830

email: info@bakkerelkhuizen.nl
website: www.bakkerelkhuizen.nl

BakkerElkhuizen ontwikkelt hoogwaardige producten voor gezond en efficiënt computergebruik. Functionaliteit, ergonomie en design zijn in de producten van BakkerElkhuizen tot in de perfectie gecombineerd.

BakkerElkhuizen adviseert en helpt bedrijven met het inrichten van de werkplek, onder andere op het gebied van Het Nieuwe Werken, waarbij ze voor elke werkpleksituatie de juiste oplossing en bijbehorende producten biedt.

BakkerElkhuizen gaat daarbij uit van vier werkplekconcepten:

- vaste werkplek;
- mobiele werkplek;
- flexibele werkplek;
- thuiswerkplek.

Uitgangspunt is dat – waar hij of zij ook werkt - een medewerker comfortabel, gezond en efficiënt zijn werk achter de computer kan doen. De mens staat dus centraal bij alles wat BakkerElkhuizen doet; zowel bij het ontwikkelen van nieuwe producten, het doen van onderzoek, als het samenwerken met leveranciers, resellers en klanten.

Wil je op de hoogte blijven?
Schrijf hier in voor onze nieuwsbrief
<http://www.bakkerelkhuizen.nl/nieuwsbrieven/>

Wil je advies?
Onze specialisten geven een advies op maat, immers elk persoon en iedere organisatie is uniek

Of ben je op zoek naar een dealer van onze producten?
Bel ons (036-546 72 65) of stuur een mail (info@bakkerelkhuizen.nl) en wij nemen binnen 1 werkdag contact met je op voor het juiste advies.

Meer over Florijn Vriend:

Met organisatiepsychologie als achtergrond richt Florijn zich binnen Kernwaarde Groen op het creëren van gezonde werkomgevingen. Dit kan betrekking hebben op het beleid van de organisatie, de huisvesting, het vastgoed portfolio en verwante product- en dienstverlening. Door middel van onder meer de WELL Building Standard staat het faciliteren van welzijn voor de eindgebruiker centraal.



Witteveen Projectinrichting
Ouderkerk a/d Amstel
Tel: 020 - 496 5030
info@witteveen.nl
www.telefooncel.info
www.project-inrichting.nl